

## ANALISIS TEMATIK PENGALAMAN DAN PERSEPSI *FRESH GRADUATE* TERHADAP *QUARTER LIFE CRISIS*

*Stella Jolanda Lalenoh*

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memahami dan mengetahui dinamika pengalaman serta persepsi *fresh graduate* terhadap *Quarter Life Crisis* (QLC). Fenomena QLC merupakan fase emosional yang kompleks, meliputi kecemasan dan kebingungan akan masa depan yang terjadi saat masa peralihan menuju dewasa, umumnya dialami individu pada usia 20-an. Informan yang terlibat dalam penelitian ini merupakan enam orang *fresh graduate* dengan rentang usia 21-25 tahun yang baru saja menyelesaikan studi S1 di berbagai perguruan tinggi di Indonesia. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan menggunakan *critical realist* sebagai pendekatan epistemologis untuk memahami fenomena QLC melalui pengalaman, konteks sosial, dan pemahaman subjektif informan. Seluruh data penelitian diperoleh melalui wawancara semi-terstruktur secara daring. Temuan penelitian menunjukkan bahwa terdapat tiga tema utama yang memberikan gambaran mengenai pengalaman serta persepsi *fresh graduate* terhadap QLC, yaitu: 1) QLC sebagai periode transisi menuju kehidupan profesional, 2) QLC sebagai gejala ketidaksiapan *fresh graduate* dalam periode transisi ke dunia profesional, dan 3) Perubahan perspektif terhadap QLC: Dari hambatan menjadi pertumbuhan pribadi. Keenam informan menunjukkan QLC yang terjadi diakibatkan *fresh graduate* belum siap sepenuhnya untuk beradaptasi dengan perubahan, tekanan sosial, dan tanggung jawab di masa dewasa serta menavigasi karir. Dengan dukungan dari seluruh pihak dan strategi koping yang efektif, QLC tidak hanya dipandang sebagai hambatan, tetapi juga dapat mendorong pertumbuhan pribadi.

**Kata kunci:** *quarter life crisis*, masa dewasa, *fresh graduate*, karir



## **THEMATIC ANALYSIS EXPERIENCES AND PERCEPTIONS OF FRESH GRADUATES TOWARDS QUARTER LIFE CRISIS**

**Stella Jolanda Lalenoh**

### **ABSTRACT**

*This study aims to understand and explore the dynamics of experiences and perceptions of fresh graduates regarding the Quarter Life Crisis (QLC). The phenomenon of QLC is a complex emotional phase characterized by anxiety and uncertainty about the future, commonly experienced by individuals in their 20s during the transition to adulthood. The informants involved in this study are six fresh graduates aged 21-25 who have recently completed their undergraduate studies at various universities in Indonesia. This research employs a qualitative approach using critical realism as an epistemological framework to understand the phenomenon of QLC through the experiences, social contexts, and subjective understandings of the informants. All data were collected through semi-structured online interviews. The findings indicate three main themes that provide insights into the experiences and perceptions of fresh graduates regarding QLC: 1) QLC as a transitional period to professional life, 2) QLC as a symptom of fresh graduates' unpreparedness during the transition to the professional world, and 3) A shift in perspective on QLC: From obstacles to personal growth. The six informants indicated that the QLC they experienced was due to their incomplete readiness to adapt to changes, social pressures, and responsibilities in adulthood, as well as navigating their careers. With support from all parties and effective coping strategies, QLC can be viewed not only as an obstacle but also as a catalyst for personal growth.*

**Keywords:** *quarter life crisis, adulthood, fresh graduates, career*